

講座・催しものつづき

活き粋体操だよ！全員集合！
(10・11月分)

江東区オリジナルの介護予防体操を覚えましょう 時 場 下表のとおり 入 60歳以上の区民(先着順)※福祉会館の利用は登録が必要(住所・生年月日が確認できる書類を持参)※江東区文化センターは年齢制限なし 申 当日直接会場へ 問 地域ケア推進課地域ケア係 ☎3647-9452、FAX 3647-3165

会場	日時	定員
江東区文化センター2階 談話ロビー (東陽4-11-3)	10/16(月)、11/20(月) 14:00~	30人
古石場福祉会館和室大 (古石場1-11-11) ☎3641-9531	10/28(土)、11/4(土) 13:30~	30人
塩浜福祉会館和室大 (塩浜2-5-20) ☎3647-3901	10/14(土)・28(土)、11/4(土)・25(土) 10:30~	25人
千田福祉会館和室大 (千田21-18) ☎3647-0108	10/19(木)、11/30(木) 13:30~	30人
東陽福祉会館和室大 (東陽6-2-17) ☎3647-8180	10/19(木)、11/30(木) 14:00~	20人
亀戸福祉会館和室大 (亀戸1-24-6) ☎3685-8208	10/25(水)、11/29(水) 13:00~	20人
大島福祉会館和室大 (大島4-5-1) ☎3637-2581	10/28(土)、11/25(土) 10:00~	25人
東砂福祉会館和室大 (東砂7-15-3) ☎3646-0461	10/6(金) 10:30~ 11/10(金) 11:00~	30人

児童会館 天体観望会・フェスティバル・七宝教室

1. 天体観望会「アンドロメダ銀河」 時 10/21(土) 19:30に2階ホール※雨天・曇天の場合は1時間程度星空解説 入 どなたでも60人(抽選、結果は当選者にのみ10/12(木)連絡)※小学生以下は保護者の申込と当日の付添が必要 師 有賀真由美・山内康晃 10/11(水) 申 児童会館に電話または窓口で

2. 児童会館フェスティバル 時 10/22(日)13:00~16:00 入 2歳以上の幼児~小・中学生350人(申込順) 内 ゲームやくじびき、食べ物、パフォーマンスショーなど、幼児から中学生まで楽しめるお祭 申 10/5(木)から児童会館1階受付で参加券を配布

3. 七宝教室「多色盛りによる葉っぱ型のストラップ作り」 時 10/28(土)14:00~15:30 入 区内在住の小・中学生12人(抽選、結果は当選者にのみ10/13(金)連絡) 師 瑞穂つくし 10/11(水) 申 児童会館に電話または窓口で ※いずれも 費 無料 場 問 児童会館(住吉1-9-8) ☎3633-6911、FAX3633-6936

深川東京モダン館 落語会

時 10/21(土)15:00~(開場14:30) 場 深川東京モダン館(門仲仲町1-19-15) 入 50人(申込順) 費 予約2,500円、当日2,800円 内 「居残り佐平次」「名人長二・最終章」[出演]三遊亭圓橋 申 10/5(木)から電話で深川東京モダン館 ☎5639-1776、FAX 5620-1632 問 <http://www.fukagawatokyo.com>

芭蕉記念館 俳句会

時 11/22(水)13:30~ 集 13:15 場 芭蕉記念館2階研修室(常盤1-6-3) 入 区内在住・在勤の方20人(申込順) 費 無料※句報希望の方は82円切手貼付・宛名明記の封筒を持参 内 冬季雑詠3句 11/21(火) 申 10/9(月・祝)から芭蕉記念館に電話または窓口で ☎3631-1448、FAX3634-0986

伝統芸能公開

「江戸庶民の語り物 新内流し」 時 10/14(土)14:00~15:00 場 深川江戸資料館常設展示室火の見櫓前(白河1-3-28) 費 大人400円、小中学生50円(観覧料)※小中学生は保護者同伴[出演]新内多賀太夫ほか 申 当日直接会場へ 問 深川江戸資料館 ☎3630-8625、FAX3820-4379

障害者水泳教室

時 10/15(日)9:30~11:00 場 スポーツ会館プール(北砂1-2-9) 入 おおむね3歳以上の愛の手帳または障害者手帳をお持ちの方25人(申込順) 費 無料 内 受講者のレベルに合わせた指導 申 10/5(木)からスポーツ会館にある申込用紙に必要事項を記入し、スポーツ会館にファクスまたは窓口で ☎3649-1701、FAX3649-3123

亀戸リバーサイド倶楽部 ~秋のスカイツリー冒険の旅~

時 11/5(日)12:30~15:30 場 亀戸スポーツセンター・旧中川ほか 内 カヌー実習のあとカヌーでスカイツリーを目指します 入 区内在住でカヌー経験のある小学4年生以上の児童と保護者5組(抽選)※保護者2人での参加可※保護者は未経験可 費 1組2,000円・保護者2人で参加の場合1組2,500円 10/18(水)必着 申 往復はがきに、参加者氏名・年齢(児童は学年)・住所・電話番号を記入し〒136-0071亀戸8-22-1亀戸スポーツセンターへ郵送または窓口(はがき1枚持参)で ☎5609-9571、FAX5609-9574

卓球教室

時 11/2~12/21の木曜(全8回)19:00~20:30 場 亀戸スポーツセンター大体育室 入 区内在住・在勤・在学の18歳以上の方40人(抽選) 内 受講者のレベルに合わせた指導 費 4,480円 10/15(日)必着 申 往復はがきに①教室名②氏名(ふりがな)③住所※在勤(在学)の場合、会社名(学校名)と住所④年齢⑤性別⑥電話番号を記入し、〒136-0071亀戸8-22-1亀戸スポーツセンターへ郵送または窓口(はがき1枚持参)で ☎5609-9571、FAX5609-9574

にこにこノルディックウォーキング教室(障害のある方対象)

時 10/24・31(火曜全2回)10:00~12:00※雨天中止 場 夢の島競技場(夢の島1-1-2)周辺 入 高校生以上の自力歩行が可能な障害のある方、車椅子使用の障害のある方15人(抽選)※リュックサックなど両手が空くかばんで参加※ボランティアの方も同時募集(障がい者スポーツ指導員の活動実績となります) 費 無料 10/13(金)必着 申 往復はがき(1人1枚)に①講座名②住所③氏名(ふりがな)④性別⑤年齢⑥電話番号⑦どのような障害があるか⑧付添いの有無⑨無料レンタルストックの要不要(ボランティア希望の方は「ボランティア」と明記のうえ①~⑥と障がい者スポーツ指導員資格の有無)を記入し、〒136-0081夢の島1-1-2夢の島競技場内屋外スポーツ施設事務所へ ☎3522-0846、FAX3522-0855

こどもテニス教室

時 11/4~25の土曜(全4回・予備日12/2(土))13:00~14:30または14:30~16:00※1レッスン90分の二部制、時間選択不可 場 豊住庭球場(東陽6-1-13) 入 区内在住・在学の小学生40人(抽選) 費 2,100円※ラケット貸与可 師 江東区テニス連盟 10/16(月)必着 申 往復はがき(1人1枚)に①こどもテニス教室②氏名(ふ

りがな)③年齢・学年④性別⑤住所⑥電話番号⑦保護者氏名⑧テニス歴⑨ラケットの要不要を記入し、〒136-0081夢の島1-1-2夢の島競技場内屋外スポーツ施設事務所へ ☎3522-0846、FAX3522-0855



健康センタートレーニングルーム利用会員募集(11月期)

健康づくりにトレーニングルームをご活用ください。利用前に運動負荷心電図検査を含む健康度測定を実施し、健康状態にあった適切な運動処方を作成します 時 11/4(土)・11(土)・17(金)・24(金)・25(土)の午前中(1人約2時間) 場 健康センター(東陽2-1-1) 入 1日12人(申込順) 費 7,000円(3か月以内の血液検査結果をお持ちの方は5,000円) 内 血圧測定、血液検査(14項目)、安静時および運動負荷心電図検査、問診、骨密度測定、運動カウンセリング 申 10/7(土)9:00から健康センターに電話または窓口で ☎3647-5402、FAX3647-5048

講演会「失語症の基礎知識」

時 10/31(火)13:30~15:30 場 障害者福祉センター3階会議室(扇橋3-7-2) 入 高次脳機能障害者と家族および関わりのある施設職員等支援者・関心のある方50人(申込順) 費 無料 内 高次脳機能障害による失語症の特徴と関わり方について 師 黒川容輔(言語聴覚士) 10/26(木)必着 申 10/5(木)から電話、窓口またはファクスに行事名・住所・氏名・電話(ファクス)番号・職種を記入し、障害者福祉センターへ ☎3699-0316、FAX3647-4918

社会福祉協議会

きらめきコミュニティ

地域の誰もが参加できる仲間づくりの場です 時 場 下表のとおり 内 ①きらめきコミュニティカフェ(10:00~13:00)②福祉・ボランティア相談(10:00~12:00)③カフェのテーマ「読書の秋到来!『私のおすすめ本』」(10:30~11:30) 入 該当地区にお住まいの方 費 無料 申 当日直接会場へ 問 江東区社会福祉協議会地域福祉推進課 ☎3640-1200、FAX5683-1570

日程	場所	地区
10/18(水)	砂町文化センター2階第3・4会議室(北砂5-1-7)	城東南部
10/25(水)	豊洲文化センター8階第7・8研修室(豊洲2-2-18)	深川南部
11/15(水)	総合区民センター7階第2・3会議室(大島4-5-1)	城東北部
11/22(水)	森下文化センター3階第1・2研修室(森下3-12-17)	深川北部

保健

30代からの生活習慣病予防講演会「90分でわかる肥満改善」

時 11/1(水)14:00~16:00(受付13:30~) 場 城東保健相談所講堂(大島3-1-3) 入 50人(申込順) 費 無料 内 病気につながる肥満の予防と生活術 師 橋本直明(東京通信病院消化器内科部長・副院長) 申 10/6(金)から電話で城東保健相談所 ☎3637-6521、FAX3637-6651

難病講演会「パーキンソン病の治療と日常生活」

時 ①10/20(金)②11/8(水)いずれも14:00~16:00 場 ①総合区民セン

ター7階第4・5会議室(大島4-5-1)②江東区文化センター6階第1~3会議室(東陽4-11-3) 入 各回50人(申込順)※1人1回のみ 費 無料 内 パーキンソン病の治療や日常生活での注意点など 師 羽鳥浩三(順天堂大学医学部附属順天堂医院リハビリテーション科医局長) 申 10/10(火)8:30から電話で城東保健相談所保健師 ☎3637-6521、FAX3637-6651

講演会「パパママ世代に知ってほしい!楽しい晩酌の落とし穴」

時 10/26(木)14:00~16:00 場 深川南部保健相談所(枝川1-8-15-102) 入 50人 費 無料 内 パパママ世代だからこそ知っておきたい、お酒の影響・飲みすぎを防ぐコツ・お酒のやめ方 師 木村武登(きむらメンタルクリニック院長) 保 0~6歳10人(申込順要予約) 申 10/10(火)から電話で深川南部保健相談所 ☎5632-2291、FAX5632-2295

野菜ソムリエに聞く「旬の野菜の本当の美味しさ・楽しみ方」

時 11/2(木)13:30~15:00 場 深川南部保健相談所2階 入 区内在住30人(抽選) 費 無料 内 野菜の楽しみ方の話。実演、試食ときのご収穫体験(お土産付) 師 小松晴世(野菜ソムリエ) 10/20(金)必着 申 往復はがきに①講座名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を記入し、〒135-0051枝川1-8-15-102深川南部保健相談所へ ☎5632-2291、FAX5632-2295

難病医療相談室

時 10/20(金)13:30~15:00 場 江東区医師会館(東陽5-31-18) 入 難病等特殊疾患で治療中の方、病気の心配をされている方とその家族(申込順) 費 無料 内 専門医を中心とした医療相談 10/17(火)※定員になりしだい終了 申 江東区医師会事務局に電話またはファクスで ☎3649-1411、FAX3649-1631

休館・休止

ご不便をおかけします

深川スポーツセンター

10/8(日)午前、午後、夜間大体育室(ソフトテニス・バドミントン)と全日(卓球)多目的ホールの一般公開を中止。イベント準備のため。

10/9(月・祝)午前、午後の大体育室(ソフトテニス・バドミントン)と全日の多目的ホール(卓球)の一般公開を中止。イベント開催のため。

10/28(土)午後、夜間の体育室(バドミントン・バドミントンタイム)の一般公開を中止。大会のため 問 深川スポーツセンター ☎3820-5881、FAX3820-5884

東砂スポーツセンター

10/9(月・祝)全日、大体育室の一般公開を中止。体育の日イベント開催のため 問 東砂スポーツセンター ☎5606-3171、FAX5606-3176

南砂子ども家庭支援センター

10/10(火)を休館。小規模改修に伴う空調機取替のため 問 子育て支援課子ども家庭支援係 ☎3647-4408、FAX3647-9196

スポーツ会館

10/15(日)9:30~11:45、プールの一般公開を中止。障害者水泳教室開催のため。

10/28(土)午前の剣道場、柔道場(各種武道)の一般公開を中止。スポーツ塾開催のため 問 スポーツ会館 ☎3649-1701、FAX3649-3123